



VOTRE BULLETIN D'INFORMATION

Bien vieillir chez soi Beausoleil, Février 2025

BVCSB est un organisme à but non-lucratif qui aide nos aînés à demeurer le plus longtemps possible dans leur domicile.

BONNE NOUVELLE

Au mois de novembre 2024, L'Honorable Brenda Murphy a remis à notre organisme le Prix d'Excellence de la Lieutenant-Gouverneure en Matière de Vieillesse. Nous sommes honorées et reconnaissantes pour ce Prix !

DEVENEZ MEMBRE

Nous vous invitons à soutenir BVCSB en vous procurant une carte de membre (**GRATUITE**) afin que l'on puisse continuer à offrir nos services aux gens qui en ont le plus besoin.

DEVENEZ BÉNÉVOLE

Aidez-nous à élargir nos services dans toute la communauté rurale de Beausoleil. Nous recherchons des bénévoles pour aider notre équipe cuisine avec la préparation des repas, la vaisselle, la livraison, et aussi pour aider nos aînés dans leurs besoins du quotidien (petites réparations, service de répit, etc.)

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Notre AGA 2025 aura lieu le 27 avril à 13H30. Venez nombreux !

ACTIVITÉS DE BVCSB

Café-jasette (gratuit) :

Le Café Jasette a lieu à tous les mercredis de 13h à 15h. Venez prendre un bon café accompagné d'une belle jasette amicale !

Coffee Chat to Improve Your French (gratuit) :

Le Coffee Chat a lieu à tous les lundis de 13H à 14H. Des bénévoles viennent jaser pendant 1 heure avec des anglophones de Beausoleil qui souhaitent améliorer leur français, autour d'un bon café ! Préinscription obligatoire.

Yoga sur chaise (5\$) :

Le yoga sur chaise a lieu tous les mardis de 10H à 11H. Restez actif tout en intégrant des exercices de relaxation, de méditation et de renforcement.

Tai-Chi pour débutants (5\$) :

Le tai-chi a lieu tous les lundis de 9H à 10H. Un moment de calme et de relaxation pour réduire les douleurs du quotidien et améliorer l'équilibre, le sommeil et la pression artérielle.

Soirée Danse de la Saint Valentin (15\$) :

Le vendredi 14 février de 19H à 22H, venez danser avec nous pour une soirée Rock'n'Roll et Nachos avec Lester Lebreton !

Goûter-Conférence sur le Deuil (5\$, en anglais) :

Notre prochain Goûter-Conférence aura lieu le Samedi 1 mars de 11H à 13H et aura pour thème « Surmonter la Perte et Comprendre le Deuil » avec Dan Baker du Helping Hands Institute. C'est 5\$ pour les membres, 10\$ pour les non-membres, goûter inclus, avec réservation obligatoire et places limitées. Vous pouvez vous informer sur les prochaines conférences en nous appelant, en nous visitant au Centre 50 ou sur Facebook !

Conférence publique « Se Protéger de la Fraude » (gratuit, en français) :

Mercredi 12 février à 18H30, Jean-François Leblanc de la GRC de Shediac partagera ses connaissances et expériences de terrain en matière de fraude et de scams, sur internet et dans la vraie vie.

INTERNET À 10\$ PAR MOIS

Offert par Bell, Rogers et autres fournisseurs d'internet. Ce service est disponible aux aînés admissibles au Supplément maximum de Revenu Garanti. Si vous êtes éligible, le gouvernement vous envoie une lettre avec des instructions et un code pour accéder à ce service. Appelez-nous pour plus d'infos.

REMERCIEMENTS

Merci à toutes celles et ceux qui soutiennent le travail de BVCSB : tous les bénévoles, les organisations communautaires et les partenaires. Grâce à vous tous, nous arrivons à faire une différence pour nos aînés.

NOTRE ÉQUIPE

- **Édith Myers**, Gestionnaire des programmes et services
- **Kim Arseneault**, Adjointe administrative
- **Caroline Imbert**, Coordinatrice des activités communautaires et des repas à domicile

POUR NOUS JOINDRE :

Bien vieillir chez soi Beausoleil Inc.

10 rue Villa, Cocagne, N.-B. E4R 3M6

Téléphone : 506 576-2100

Courriel : info@bvcs-ajp.ca

Site internet: <https://bvcs-ajp.ca/>

Horaires : Lun-Ven 8H30-16H30.

